

# Bí Quyết Thông Mạch Máu

AH Trần Trung Trực & Phạm Nguyên Hanh sưu tầm

**BPT:** Đa số những AHCC bị máu cao, ít người để ý trông chừng. Rồi có người biết thì chữa trị bằng phương pháp tây y, vừa tốn kém vừa phải chờ đợi và phải chữa trị trong một thời gian dài. Chúng tôi xin góp ý với quý vị nên dùng phương pháp y học cổ truyền, vừa thật rẻ tiền vừa dễ kiểm, thời gian chữa trị chỉ vài tuần. Tuy liều lượng do kinh nghiệm nên quý vị nên thận trọng. Đã có nhiều người áp dụng và đã có hiệu quả tốt. Chúng tôi đã làm và uống trong 6 tháng và cảm thấy sáng khoái. Chưa đi thử máu, nhưng hy vọng sẽ tốt. Xin các AHCC dùng để tránh trường hợp bị mà không chữa kịp.



Một giáo sư người Anh đang dự một buổi họp ở Pakistan bỗng cảm thấy đau ngực dữ dội. Vị giáo sư được đưa cấp cứu vào bệnh viện, và sau khi chẩn đoán, bác sĩ bệnh viện tìm thấy 3 mạch máu gần tim bị nghẽn nghiêm trọng, cần phẫu thuật. Vị giáo sư được hẹn vào lại bệnh viện 1 tháng sau đó để mổ.

Trong thời gian 1 tháng chờ đợi, vị giáo sư được các bạn đồng nghiệp tại Pakistan giới thiệu đến một y sĩ điều trị bằng y học cổ truyền. Vị y sĩ chỉ dẫn vài vật liệu thiên nhiên và để cho vị giáo sư tự làm lấy một bài thuốc uống tại nhà trong 1 tháng. Một tháng sau đó, vị giáo sư đến bệnh viện như đã hẹn để làm phẫu thuật. Bệnh viện kiểm tra và nhận thấy cả 3 mạch máu trước đây có vấn đề nay hoàn toàn sạch, chỗ trước đây bị tắc nghẽn nghiêm trọng nay đã hoàn toàn thông thoáng. Và buổi giải phẫu dự trù được hủy bỏ.

Thực ra, trường hợp của vị giáo sư đó không hiếm. Trong cơ thể người lớn tuổi, động

mạch dễ bị nghẹt. Nếu người đó có một độ cholesterol cao trong máu, các hạt máu đông hoặc các mảnh mỡ thường đóng vào thành trong của mạch máu. Nhiều người có thói quen hút thuốc lá, hoặc ăn uống không điều độ, hoặc không vận động, cơ thể béo phì hoặc có bệnh tiểu đường dễ bị cholesterol cao. Bệnh này cũng có thể do di truyền. Các mảnh mỡ đóng dày làm cho mạch máu bị nghẽn gây một áp suất rất lớn trong mạch máu, và đó là nguyên nhân của bệnh cao huyết áp. Hội Tim Mạch Hoa Kỳ ([American Heart Association](#)) ước lượng hiện có khoảng 100 triệu người Mỹ bị bệnh này. Chúng ta không ngạc nhiên khi biết đa số bệnh nhân ở Mỹ có bệnh cao huyết áp và phải chấp nhận tốn kém rất cao để chữa trị bệnh này. Vài nghiên cứu trong ngành y khoa tại Hoa Kỳ cho thấy bệnh nhân có cao huyết áp hàng năm phải bỏ ra khoảng \$2,000 nhiều hơn so với bệnh nhân không có cao huyết áp ([xem chú thích](#)).

May mắn thay, thiên nhiên cung cấp cho chúng ta một số vật liệu tương đối rẻ tiền và dễ kiếm giúp trị được mạch máu bị tắc nghẽn và bệnh cao huyết áp này.

- Tôi được công nhận từ xa xưa ([thời cổ đại Ai Cập](#)) để thông mạch máu, làm giảm huyết áp cũng như hạ mức cholesterol xấu. Tôi còn làm hạ mức đường trong máu, giúp cơ thể không bị béo phì.

- Giững làm cho máu lưu thông dễ dàng, như vậy giúp đề phòng bệnh tim mạch. Giững giúp tăng năng lượng cho cơ thể, làm cho cơ thể hoạt động tích cực hơn, tránh tình trạng béo phì.

- Chanh lam cho tim đập điều hòa để đưa máu đến toàn bộ cơ thể.

- Dấm táo ([apple cider vinegar](#)) có những chất antioxidants giúp đào thải độc tố trong máu và trong cơ thể ra ngoài. Dấm táo cũng cung cấp nhiều sinh tố, chất khoáng và enzymes, giúp giữ cơ thể khỏe mạnh.

- Cuối cùng, mật ong giúp cơ thể chống vi khuẩn, tăng năng lượng cho cơ thể, làm giảm cholesterol và các bệnh tim mạch.

Như vậy, vật liệu cần để tránh mạch máu bị tắc nghẽn, tức là tránh bệnh cao huyết áp, gồm có:

- 1 chén nước cốt gừng,
- 1 chén tỏi xay nhuyễn,
- 1 chén nước cốt chanh,
- 1 chén dấm táo, và
- 2 chén mật ong.



*Gừng và tỏi. Gừng xay nhuyễn và vắt nước, tỏi chỉ xay nhuyễn thôi*



*Chai dấm táo và chai mật ong*

**Cách chuẩn bị cũng đơn giản:** Gừng được xay nhuyễn bằng máy xay sinh tố, và được vắt thành nước cốt qua một mảnh vải. Tỏi cũng được xay nhuyễn bằng máy xay sinh tố. Chanh được vắt ra nước và bỏ vỏ. Đổ chung nước cốt gừng, nước cốt chanh, tỏi xay nhuyễn và dấm táo vào một nồi và nấu trong 30 phút, lửa vừa phải. Trong lúc nấu, dung dịch được

trộn đều. Sau đó, tắt lửa và để dung dịch nguội hẳn. Thêm 2 chén mật ong vào và trộn đều cho mật ong hòa tan vào dung dịch. Đổ dung dịch vào một chai sạch và giữ trong tủ lạnh. Dung dịch có thể được giữ lạnh như vậy trong 2 tháng.

**Cách dùng:** Uống 1 muỗng súp dung dịch mỗi ngày: sáng sớm (**trước khi ăn sáng**). Sau vài tuần hay lâu hơn, mạch máu sẽ được làm sạch và thông thoáng, không còn bị tắc nghẽn. Và bệnh cao huyết áp cũng không còn.



*Dung dịch khi làm xong*

Nếu so sánh chi phí các vật liệu này với chi phí một bệnh nhân cao huyết áp phải trả bên tây y (**\$2,000 mỗi năm hay cao hơn**), ta nhận thấy chi phí hầu như không đáng kể. Ngoài ra, thời gian chữa trị bằng vật liệu cổ truyền chỉ có vài tuần, trong khi bệnh nhân theo tây y phải lệ thuộc vào thuốc men trong nhiều năm hoặc khó có được một kết quả rõ rệt.

**Chú thích:** 3 nghiên cứu dưới đây về chi phí một bệnh nhân bị cao huyết áp:

<https://www.aarp.org/health/conditions-treatments/info-2018/hypertension-blood-pressure-costs.html>

<https://www.hcplive.com/view/hypertension-costs-patients-additional-2000-annually-estimated-131b-nationally>

<https://www.webmd.com/hypertension-high-blood-pressure/news/20180530/high-blood-pressure-can-make-medical-costs-spike>